

教材版本	康軒版	實施年級 (班級/組別)	特教班/不分組	教學節數	每週(4)節，本學期共(80)節		
課程目標	在學校的運動空間練習控球、飛盤等活動，並結合社區的資源培養良好的健康習慣。						
該學習階段 領域核心素養	<p>健體-E-A1 具備良好身體活動與健康生活的習慣，以促進身心健全發展，並認識個人特質，發展運動與保健的潛能。</p> <p>健體-E-A2 具備探索身體活動與健康生活問題的思考能力，並透過體驗與實踐，處理日常生活中運動與健康的問題。</p> <p>健體-E-B1 具備運用體育與健康之相關符號知能，能以同理心應用在生活中的運動、保健與人際溝通上。</p> <p>健體-E-C2 具備同理他人感受，在體育活動和健康生活中樂於與人互動，公平競爭，並與團隊成員合作，促進身心健康。</p>						
課程架構脈絡							
教學期程	單元與活動名稱	節數	學習目標	學習重點		表現任務 (評量方式)	融入議題 實質內涵
				學習表現	學習內容		
1-10 週	控球小奇兵/社區健康與環境	37	1.與同伴共同參與活動，並遵守活動規則。 2.練習滾球的控球活動。 3.練習拋球的控球活動。 4.練習擲球的控球活動。 5.課後持續練習，增進體適能及滾球、拋球與擲球的熟練度。 6.說出整潔、髒亂的社區環境所帶來的感受。 7.發覺影響社區環境的生活態度與行為。 8.認識社區健康相關機構與資源。 9.願意使用社區健康資源促進健康。	1c-I-1 認識身體活動的基本動作。 2c-I-2 表現認真參與的學習態度。 3c-I-2 表現安全的身體活動行為。 4d-I-1 願意從事規律身體活動。 1a-I-1 認識基本的健康常識。 2a-I-1 發覺影響健康的生活態度與行為。 2b-I-1 接受健康	Hc-I-1 標的性球類運動相關的簡易拋、擲、滾之手眼動作協調、力量及準確性控球動作。 Ca-I-1 生活中與健康相關的環境。	實作 口試	【人權教育】 人 E5 欣賞、包容個別差異並尊重自己與他人的權利。

11-21 週	休閒好自在/照顧我的身體	43	<ol style="list-style-type: none"> 1.認識學校的運動空間。 2.利用學校運動空間從事身體活動。 3.練習投擲飛盤的動作。 4.練習反手投擲飛盤的動作。 5.體驗踩石過溪的溯溪遊戲。 6.表現踩石過溪的互助精神。 7.了解運動流汗後需要注意的衛生習慣。 8.運動流汗後會做到擦汗和補充水分。 9.養成運動流汗後擦汗和補充水分的習慣。 10.認識不憋尿的重要性。 11.發覺憋尿的原因並提出解決方法。 12.養成不憋尿的健康習慣。 	<p>的生活規範。</p> <ol style="list-style-type: none"> 1c-I-1 認識身體活動的基本動作。 1c-I-2 認識基本的運動常識。 2c-I-2 表現認真參與的學習態度。 3c-I-1 表現基本動作與模仿的能力。 4d-I-2 利用學校或社區資源從事身體活動。 1a-I-1 認識基本的健康常識。 2a-I-1 發覺影響健康的生活態度與行為。 2b-I-2 願意養成個人健康習慣。 3a-I-2 能於引導下，於生活中操作簡易的健康技能。 4a-I-2 養成健康的生活習慣。 	<ol style="list-style-type: none"> Cb-I-3 學校運動活動空間與場域。 Ce-I-1 其他休閒運動入門遊戲。 Da-I-1 日常生活中的基本衛生習慣。 Da-I-2 身體的部位與衛生保健的重要性。 	口試 實作	【品德教育】 品 E3 溝通合作與和諧人際關係。
---------	--------------	----	---	---	---	----------	-----------------------------

◎教學期程以每週教學為原則，如行列太多或不足，請自行增刪。

◎「學習目標」應為結合「學習表現」(動詞)與「學習內容」(名詞)，整合為學生本單元應習得的學科本質知能。

◎「學習表現」與「學習內容」應為學校(可結合學年會議)應以學習階段為單位，清楚安排兩年內「學習表現」與「學習內容」如何規劃在各個單元讓學生習得。

C5-1 領域學習課程(調整)計畫(新課綱版)

◎「學習表現」與「學習內容」需呈現領綱完整文字，非只有代號，「融入議題實質內涵」亦是。

◎依據 109.12.10 函頒修訂之「臺南市十二年國民基本教育課程綱要國中小彈性學習課程規劃建議措施」中之配套措施，如有每位學生上台報告之「表現任務-評量方式」請用不同顏色的文字特別註記並具體說明。

教材版本	康軒版	實施年級 (班級/組別)	特教班/不分組	教學節數	每週(4)節，本學期共(75)節		
課程目標	能在日常生活中養成均衡飲食、潔牙的健康習慣，透過跑、跳、投擲等活動認識自己的身體。						
該學習階段 領域核心素養	<p>健體-E-A1 具備良好身體活動與健康生活的習慣，以促進身心健全發展，並認識個人特質，發展運動與保健的潛能。</p> <p>健體-E-A2 具備探索身體活動與健康生活問題的思考能力，並透過體驗與實踐，處理日常生活中運動與健康的問題。</p> <p>健體-E-B3 具備運動與健康有關的感知和欣賞的基本素養，促進多元感官的發展，在生活環境中培養運動與健康有關的美感體驗。</p> <p>健體-E-C2 具備同理他人感受，在體育活動和健康生活中樂於與人互動、公平競爭，並與團隊成員合作，促進身心健康。</p>						
課程架構脈絡							
教學期程	單元與活動名稱	節數	學習目標	學習重點		表現任務 (評量方式)	融入議題 實質內涵
				學習表現	學習內容		
1-10 週	隔繩樂悠悠/飲食密碼	36	<ol style="list-style-type: none"> 在持物擊氣球活動中與同伴互相合作。 徒手擊氣球，並與同伴互相合作維持球不落地。 嘗試以各種方式讓球過繩。 進行簡易擊中目標遊戲，嘗試擊中繩後目標。 表現正向的學習態度、和諧的人際互動。 認識六大類食物。 養成每天均衡攝取六大類食物的習慣。 養成每天吃早餐的觀念與習慣。 	<p>2c-I-2 表現認真參與的學習態度。</p> <p>3c-I-2 表現安全的身體活動行為。</p> <p>3d-I-1 應用基本動作常識，處理練習或遊戲問題。</p> <p>1a-I-1 認識基本的健康常識。</p> <p>2a-I-1 發覺影響健康的生活態度與行為。</p> <p>3a-I-2 能於引導下，於生活中操作簡易的健康技</p>	<p>Ha-I-1 網／牆性球類運動相關的簡易拋、接、控、擊、持拍及拍擲、傳、滾之手眼動作協調、力量及準確性控球動作。</p> <p>Ea-I-2 基本的飲食習慣。</p> <p>Fb-I-1 個人對健康的自我覺察與行為表現。</p>	實作 口試 作業	【生涯規劃教育】 涯 E7 培養良好的人際互動能力。

11-20 週 ※部份六年級生畢業只上到18週	跑跳好樂活/護齒好習慣	39	<ol style="list-style-type: none"> 1.做出併腿跳的動作。 2.做出跨跳的動作。 3.參與學習活動並欣賞他人的表現。 4.覺察起跑時的姿勢對跑步的影響。 5.能掌握起跑的動作要領，順利完成遊戲任務。 6.能做出簡易的投擲動作。 7.做出投擲各種物品的動作。 8.認識選購牙刷的方法。 9.認識含氟漱口水的使用方法和時機。 10.嘗試練習正確的刷牙技巧。 11.能於引導下，養成潔牙與護齒的習慣，並使用口腔預防保健服務。 	<p>能。</p> <p>1d-I-1 描述動作技能基本常識。</p> <p>2c-I-2 表現認真參與的學習態度。</p> <p>3d-I-1 應用基本動作常識，處理練習或遊戲問題。</p> <p>1a-I-2 認識健康的生活習慣。</p> <p>3a-I-1 嘗試練習簡易的健康相關技能。</p> <p>3a-I-2 能於引導下，於生活中操作簡易的健康技能。</p> <p>4a-I-1 能於引導下，使用適切的健康資訊、產品與服務。</p>	<p>Ga-I-1 走、跑、跳與投擲遊戲。</p> <p>Da-I-1 日常生活中的基本衛生習慣。</p> <p>Ea-I-2 基本的飲食習慣。</p> <p>Eb-I-1 健康安全消費的原則。</p>	實作 口試	【安全教育】 安E6 了解自己的身體。
----------------------------	-------------	----	---	--	---	----------	------------------------

◎教學期程以每週教學為原則，如行列太多或不足，請自行增刪。

◎「學習目標」應為結合「學習表現」(動詞)與「學習內容」(名詞)，整合為學生本單元應習得的學科本質知能。

◎「學習表現」與「學習內容」應為學校(可結合學年會議)應以學習階段為單位，清楚安排兩年內「學習表現」與「學習內容」如何規劃在各個單元讓學生習得。

◎「學習表現」與「學習內容」需呈現領綱完整文字，非只有代號，「融入議題實質內涵」亦是。

◎依據 109.12.10 函頒修訂之「臺南市十二年國民基本教育課程綱要國中小彈性學習課程規劃建議措施」中之配套措施，如有每位學生上台報告之「表現任務-評量方式」請用不同顏色的文字特別註記並具體說明。